

ABSTRAK

PRAYUDI /831 410 216 “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Senam Aerobik Melalui Metode Bagian Pada Peserta didik Kelas XI IPS 1 MAN MODEL Kota Gorontalo)” Dosen Pembimbing 1 Ucok Hasian Refiater S,Pd, M.Pd dan dosen pembimbing 2 Mirdayani Pauweni S.Pd, M.Pd.

Masalah dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pembelajaran penjasorkes khususnya pada materi senam aerobik masih kurang efektif. tujuan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah : “untuk meningkatkan Kemampuan Gerak dasar Senam aerobik dengan menggunakan metode bagian pada siswa MAN MODEL Kota Gorontalo”. Hipotesis tindakan yakni “:Jika metode bagian di terapkan maka kemampuan gerak dasar Senam aerobik, siswa kelas XI IPS 1, MAN MODEL Kota Gorontalo dapat di tingkatkan.” indikator kinerja. jika terjadi peningkatan melakukan gerak dasar Senam aerobik siswa kelas XI IPS 1 MAN MODEL Kota Gorontalo mencapai klasifikasi nilai rata-rata 75% sesuai dengan ketentuan mengajar pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), maka penelitian ini di anggap selesai serta di anggap berhasil. Penelitian ini merupakan suatu jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di sekolah MAN MODEL Kota Gorontalo. Dengan Subyek penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS MAN MODEL Kota Gorontalo dengan jumlah siswa 22 orang, putri berjumlah 17 orang dan putra berjumlah 5 orang. Pengambilan data dapat dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan siswa dan guru, serta evaluasi terhadap materi yang di ajarkan pada setiap siklus kemudian dianalisis baik secara kualitatif maupun secara kuantitatif, berdasarkan analisis data diketahui terjadi peningkatan rata-rata kemampuan keterampilan dasar senamaerobik yakni: pada observasi awal rata-rata kemampuan keterampilan dasar senamaerobik sebesar 51.54%. Setelah diadakan tindakan siklus I terjadi peningkatan 61.18% dan pada tindakan siklus II diperoleh hasil capaian sebesar 75.68%, jadi hipotesis yang dinyatakan: “Jika metode bagian di terapkan maka kemampuan gerak dasar Senam aerobik, siswa kelas XI IPS 1, MAN MODEL Kota Gorontalo dapat di tingkatkan..” dapat diterima.

Kata Kunci:Gerak Dasar Senam Aerobik. Metode Bagian. Siswa MAN Model Kota Gorontalo.